



Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании

4 Вариант

Утверждаю
директор лагеря
с.в. Литовцева

4. Вариант						
Присем пиши, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №513	200/50	15,3	15,6	68,4	346,0	ТТК №513
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127	30/20	3,30	0,80	19,00	117,40	ТТК №127
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6
Итого за присем пиши:	550	22,6	16,7	126,9	638,2	
Обед						
СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543	60	0,8	3,6	5,0	55,2	ТТК №543
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28	200	2,7	4,0	9,5	83,2	ТТК №28
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	21,8	26,5	28,0	482,0	ТТК №67
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК №7
Итого за присем пиши:	700	31,9	34,8	103,7	898,4	
Полдник						
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЛОМ ТТК №155	150	7,80	10,70	48,70	334,00	ТТК №155
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ЯБЛОКОМ СВЕЖИМ	200	0,3	0,1	10,2	43,0	ТТК №547
Итого за присем пиши:	350	8,05	10,80	58,92	376,98	
Всего за вариант:		62,59	62,25	289,50	1 913,53	
ав. производством						

Зав. производством

с.в. Литовцева



Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
в период каникул при 3-х разовом питании

Утверждено
В.В. Сидоркина
Заведующий лагерь

Присем пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №513		250/50	18,4	18,7	83,0	417,4	ТТК №513
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127		30/20	3,30	0,80	19,00	117,40	ТТК №127
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301		200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6
Итого за присем пищи:		600	25,70	19,80	141,50	709,60	
Обед							
СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543		100	1,4	5,9	8,3	91,9	ТТК №543
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28		250	3,4	5,0	11,9	104,0	ТТК №28
ПШОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67		200	29,1	34,9	37,2	642,7	ТТК №67
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53		200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ		60	3,9	0,5	24,6	118,7	ТТК №7
Итого за присем пищи:		870	42,72	46,71	131,59	1 179,12	
Подлник							
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ТТК №155		200	10,40	14,30	62,30	445,30	ТТК №155
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ЯБЛОКОМ СВЕЖИМ		200	0,3	0,1	10,2	43,0	ТТК №547
Итого за присем пищи:		400	10,65	14,40	72,52	488,28	
Всего за вариант:			79,07	80,91	345,61	2 377,00	
Зап. производителем							

Зав. производством

В.В. Сидоркина



Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 2-х разовом питании

50625

4 Вариант

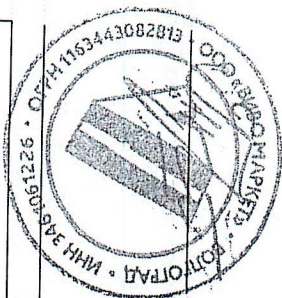
Утверждаю
Директор Лагерь №3
С.В. Степанов

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №513	200/50	15,3	15,6	68,4	346,0	ТТК №513
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127	30/20	3,30	0,80	19,00	117,40	ТТК №127
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	550	22,6	16,7	126,9	638,2	
Обед						
СВЕКОЛА С МАСЛОМ ТТК №543	60	0,8	3,6	5,0	55,2	ТТК №543
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28	200	2,7	4,0	9,5	83,2	ТТК №28
ПШОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	21,8	26,5	28,0	482,0	ТТК №67
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	700	31,9	34,8	103,7	898,4	
Всего за вариант:		54,54	51,45	230,58	1 536,55	

Зав. производством

А.А.Келлер

413



Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
в период каникул при 2-х разовом питании

4 Вариант

Утверждаю
Директор Лагерь
А.В.Семашко

Примеи пишии, нааннеовананне блнлоа	Мааса порции	Пншевые вешества			Энергетнческая ценность, ккал	№ рецен-туры
		Белки, г	Жнры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №513	250/50	18,4	18,7	83,0	417,4	ТТК №513
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127	30/20	3,30	0,80	19,00	117,40	ТТК №127
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
ХЛЕБ ПШЕНИЧЬИЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6
Итого за примеи пишии:	600	25,70	19,80	141,50	709,60	
Обед						
СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543	100	1,4	5,9	8,3	91,9	ТТК №543
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28	250	3,4	5,0	11,9	104,0	ТТК №28
ПЮФ ИЗ ПИЦЦЫ ТТК №67	200	29,1	34,9	37,2	642,7	ТТК №67
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53
ХЛЕБ ПШЕНИЧЬИЙ	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКУЛЕВАНЬИЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7	ТТК №7
Итого за примеи пишии:	870	42,72	46,71	131,59	1179,12	
Всего за вариант:		68,42	66,51	273,09	1888,72	

ав. производством

В.00400060 ЛОР

Зав. производством

Александрович